МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

29.10.2026 (1,5-3 года, 2чт)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
181	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа пшеничная артек, масло сливочное, сахар*	кКал-599, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4
31	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-105, Белки-2, Жиры-6, Угл-11
161	***Чай с молоком или сливками*** *молоко, сахар, чай*	кКал-83, Белки-3, Жиры-3, Угл-12
	Итого за Завтрак1	кКал-787, Белки-27, Жиры-32, Угл-99, Витамин С-4
	Завтрак2	
61	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-27, Угл-6, Витамин С-6
	Итого за Завтрак2	кКал-27, Угл-6, Витамин С-6
	Обед	
161	***Суп картофельный с бобовыми*** *картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль*	кКал-85, Белки-3, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-4
61	***Тефтели мясные (1-й вариант)*** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), молоко, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная , масло сливочное, масло растительное*	кКал-109, Белки-6, Жиры-6, Угл-7
59	***Соус сметанный с томатом*** *сметана 15%, помидоры, мука пшеничная , соль*	кКал-40, Белки-1, Жиры-2, Угл-3
118	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макаронные изделия, масло сливочное, соль*	кКал-98, Белки-3, Жиры-3, Угл-16
53	***помидор свежий***	кКал-13, Белки-1, Угл-2
29	***Хлеб пшеничный***	кКал-66, Белки-2, Угл-13
31	***Хлеб ржаной***	кКал-61, Белки-2, Угл-12
160	***Компот из свежих плодов*** *слива, яблоки, сахар, кислота лимонная*	кКал-434, Белки-1, Жиры-1, Угл-106, Витамин С-8
	Итого за Обед	кКал-906, Белки-19, Жиры-15, Угл-169, Витамин С-12
	Полдник	
83	***Кондитерские изделия***	кКал-131, Белки-3, Жиры-3, Угл-24
158	***Сок***	кКал-74, Угл-17, Витамин С-2
	Итого за Полдник	кКал-205, Белки-3, Жиры-3, Угл-41, Витамин С-2
	Итого за день	кКал-1 925, Белки-49, Жиры-50, Угл-315, Витамин С-24

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

29.10.2026 (3-7лет, 2чт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
201	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа пшеничная артек, масло сливочное, сахар*	кКал-665, Белки-24, Жиры-26, Угл-85, Витамин С-5
41	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
181	***Чай с молоком или сливками*** *молоко, сахар, чай*	кКал-93, Белки-3, Жиры-3, Угл-14
	Итого за Завтрак1	кКал-897, Белки-30, Жиры-37, Угл-114, Витамин С-5
	Завтрак2	
76	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-33, Угл-7, Витамин С-8
	Итого за Завтрак2	кКал-33, Угл-7, Витамин С-8
	Обед	
180	***Суп картофельный с бобовыми*** *картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль*	кКал-96, Белки-4, Жиры-4, Угл-12, Витамин С-4
81	***Тефтели мясные (1-й вариант)*** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), молоко, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная , масло растительное, масло сливочное*	кКал-144, Белки-7, Жиры-8, Угл-10
79	***Соус сметанный с томатом*** *сметана 15%, помидоры, мука пшеничная , соль*	кКал-53, Белки-1, Жиры-3, Угл-5
139	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макаронные изделия, масло сливочное, соль*	кКал-116, Белки-4, Жиры-3, Угл-18
63	***помидор свежий***	кКал-15, Белки-1, Угл-2
35	***Хлеб пшеничный***	кКал-80, Белки-3, Угл-16
37	***Хлеб ржаной***	кКал-73, Белки-2, Угл-15
180	***Компот из свежих плодов*** *слива, яблоки, сахар, кислота лимонная*	кКал-488, Белки-1, Жиры-1, Угл-119, Витамин С-9
	Итого за Обед	кКал-1 065, Белки-28, Жиры-19, Угл-197, Витамин С-13
	Полдник	
83	***Кондитерские изделия***	кКал-131, Белки-3, Жиры-3, Угл-24
167	***Сок***	кКал-78, Угл-18, Витамин С-2
	Итого за Полдник	кКал-209, Белки-3, Жиры-3, Угл-42, Витамин С-2
	Итого за день	кКал-2 204, Белки-56, Жиры-59, Угл-360, Витамин С-28

кладовщик _____ Дидоренко Л.М. _____ _____